MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: MARZO

COLEGIO: CHAMBERI : NO GLUTEN

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
DÍA 2 CREMA DE BUBANGO PASTA (sin gluten) CON ATUN FRUTA	DÍA 3 POTAJE DE BERROS LOMO ASADO CON ENSALADA MIXTA YOGURT	DÍA 4 CREMA DE VERDURAS ARROZ A LA CUBANA FRUTA	DÍA 5 CREMA DE ZANAHORIAS Y CALABAZA MERLUZA AL HORNO PAPA ARRUGADA YOGUR	DÍA 6 PURÉ DE LA HUERTA POLLO ASADO ENSALADA FRUTA
DÍA 9 POTAJE DE ACELGAS ALBONDIGAS EN SALSA ARROZ PILAF FRUTA	DÍA 10 CREMA DE ZANAHORIAS ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS YOGURT	DÍA 11 LLENTEJAS PIZZA (sin gluten) DE ATUN FRUTA	DÍA 12 SOPA DE FIDEOS (fideso sin gluten) FOGONERO AL MOJO SUAVE PAPAS GUISADAS YOGURT	DÍA 13 POTAJE DE BERROS POLLO ASADO AL AJILLO ENSALADA FRUTA
DÍA 16 PURE DE VERDURAS ARVEJAS CON HUEVO DURO Y PAPAS FRUTA	DÍA 17 CREMA DE ACELGAS PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA ENSALADA YOGURT	DÍA 18 SOPA DE FIDEOS (fideos sin gluten) MERLUZA EN MOJO CON PAPAS AL VAPOR FRUTA	DÍA 19 CREMA DE BUBANGO POLLO AL HORNO MENESTRA DE VERDURAS YOGURT	DÍA 20 PURÉ DE ZANAHORIA Y CALABACIN PASTA (sin gluten) CON TOMATE FRUTA
DÍA 23 LENTEJAS TORTILLA ESPAÑOLA FRUTA	DÍA 24 CREMA DE ZANAHORIAS LOMO ADOBADO ARROZ YOGURT	DÍA 25 CREMA DE VERDURAS PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA ENSALADA MIXTA FRUTA	DÍA 26 POTAJE DE LA HUERTA FOGONERO CON MOJO PAPAS GUISADAS YOGURT	DÍA 27 PURÉ DE BUBANGO PAELLA FRUTA
DÍA 30 CREMA DE ZANAHORIA POLLO ASADO TOMATES ALIÑADOS FRUTA	DÍA 31 LENTEJAS COMPUESTAS PIZZA (sin gluten) DE ATUN YOGURT			*Esta dieta está supervisada y firmada por la dietista titulada Mª Auxiliadora García Encinoso

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES